

Nota Informativa  
Nº 003/2022

## INFORMAÇÕES PARA REALIZAÇÃO DAS AÇÕES DO NOVEMBRO AZUL - SAÚDE DO HOMEM

Secretaria Municipal de Saúde - Gabinete do Gestor - Lagoa Santa/MG - Brasil

Considerando que as ações de promoção e prevenção à saúde são essenciais para planejamento, orientação e continuidade do cuidado;

Considerando que teremos disponibilidade junto ao Laboratório conveniado de cotas referentes a exames de PSA e Hemoglobina Glicada pelo período de novembro de 2022 a fevereiro de 2023. As requisições de exames desta ação deverão ter a justificativa de "**Saúde do Homem**".

Considerando que as equipes de cada UBS deverão desenvolver e intensificar as ações de promoção e prevenção à saúde do homem durante todo o período em cada Cuidar;

Considerando a necessidade de pensar em estratégias eficazes para o mês de novembro e na continuidade em cada UBS até final de fevereiro/2023;

Segue nesta nota informativa algumas orientações gerais de ações para serem realizadas nas unidades Cuidar a partir do dia 01 de novembro de 2022, com o acompanhamento semanal da gerência regional e NAS. Este acompanhamento será feito através do preenchimento da planilha on-line já compartilhada com as equipes e organizada por regional.

### 1. AÇÕES PLANEJADAS – SUGESTÕES DE TEMÁTICAS

Segue a relação sugestiva para o Cuidar de ações que poderão ser desenvolvidas durante o período visando o processo de Promoção e Prevenção à Saúde da população.

É importante que estas ações ocorram com o envolvimento efetivo de toda a equipe do Cuidar: enfermeiro, médico, cirurgião-dentista, técnico de enfermagem, técnico e/ou auxiliar de saúde bucal e, principalmente, o agente comunitário de saúde.

Para as unidades que dispuserem a presença de acadêmicos das instituições FAMINAS e FASEH, poderão solicitar apoio na condução desta ação educativa e de acompanhamento da população.

### SALAS DE ESPERA

Ações de promoção da saúde com salas de espera desenvolvendo temas sobre:

- Câncer de Próstata;
- Saúde do Homem;
- Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs);
- Higiene genital;
- Alimentação saudável;

- Qualidade de vida - orientando sobre hábitos saudáveis como prática de atividade física e evitar tabagismo e etilismo;
- Auto-estima e auto-cuidado;
- Vacinação para adultos e idosos;
- Planejamento familiar;
- Doenças Crônicas não-Transmissíveis (importância e impacto na vida do cidadão);
- Cuidados no trânsito e acidentes;
- Controle da Pressão Arterial e impacto na qualidade de vida.

## 2. REALIZAÇÃO DE EXAMES LABORATORIAIS E CONSULTAS ESPECÍFICAS AO HOMEM

### 2.1. PSA

Em suma, o PSA é solicitado em:

- Homens com mais de 50 anos que estão em risco médio de câncer de próstata;
- Homens com idade 45 nos com alto risco de desenvolver câncer de próstata: afro-americanos e homens que têm um parente de 1º grau (pai, irmão ou filho) diagnosticados com a doença com menos de 65 anos de idade;
- Homens com 40 anos em risco mais elevado, ou seja, aqueles com mais de um parente de 1º grau que tiveram câncer de próstata antes dos 65 anos.

Lembrando que o PSA é um marcador inespecífico para estudar as doenças comuns da próstata (prostatite, hiperplasia benigna da próstata e câncer de próstata) e portanto não serve exclusivamente para a detecção do câncer de próstata.

Cada Cuidar deverá desenvolver o agendamento semanal de consultas específicas para o público masculino. É importante que a agenda a ser estabelecida pelo profissional tenha como critérios:

- **Público-alvo para o exame PSA** – considerando as orientações da Sociedade Brasileira de Urologia, deve-se priorizar a realização do PSA em homens com idade superior a 50 anos e inferior a 70 anos.
- O agendamento e a confirmação da presença do homem para as consultas deverá ser feito semanalmente;
- O agendamento deverá seguir a necessidade da população e o conhecimento do enfermeiro sobre a dinâmica do seu cuidar. As agendas clínicas para a realização das consultas do homem poderão ocorrer em dias específicos tanto na parte da manhã quanto na parte da tarde, visando atender as necessidades percebidas e vivenciadas pela população nos diferentes territórios, garantindo a sustentabilidade dos processos de intervenção nos determinantes e condicionantes de saúde.

Cada Cuidar, juntamente com a Gerência Regional, poderá prever duas situações distintas para a assistência à Saúde do Homem:

1. Realizar horário estendido no Cuidar em dia específico e avisado com antecedência à comunidade (se possível com agendamento prévio das consultas ao homem);
2. Programar a assistência ao homem no sábado para consultas direcionadas àqueles que não possuem condições de estarem no Cuidar durante a semana.

Estas ações, caso sejam desenvolvidas, poderão ser feitas com o agendamento prévio de horários para as consultas e a confirmação da presença no dia.

Caso o Cuidar/Regional façam a programação especial além do horário de trabalho regular, a mesma deverá ser solicitada com antecedência, via Comunicação Interna (CI), para a Coordenação do NAS de forma que haja a formalização junto ao setor de RH.

## 2.2 HEMOGLOBINA GLICADA

Quanto mais glicose livre no sangue, maior será a taxa de hemoglobina glicosilada viajando pela corrente sanguínea. O exame de hemoglobina glicosilada é, portanto, indispensável para monitorar o controle do Diabetes Mellitus tipos 1 e 2 e para diagnosticar uma pessoa como diabética ou pré-diabética.

Tradicionalmente, a Hemoglobina Glicada tem sido utilizada na avaliação do controle glicêmico nos últimos 60 a 90 dias (meia-vida das hemácias), sendo representativa das glicemias médias diárias durante esse período. É preciso estar atento para condições que falsamente a elevam ou a diminuam, particularmente as que interferem com a meia-vida das hemácias. A partir de 2009, a HbA1c também foi incluída nos critérios diagnósticos do diabetes.

## 3. PREPARO E CUIDADOS PARA REALIZAÇÃO DO EXAME LABORATORIAL

### 3.1. PSA

- Jejum de 4 horas.
- Antes da coleta, não ejacular por 48 horas.
- Não praticar exercícios que causem impacto no períneo (andar de bicicleta, equitação).
- Não fazer sexo anal antes do exame.
- Não ter usado supositório nos últimos três dias.

**Obs.:** no caso de homens que tenham feito prostatectomia total (retirada total da próstata), o preparo não é necessário, com exceção do jejum de três horas.

### 3.2. HEMOGLOBINA GLICADA

Diferentemente do exame de glicemia, que deve ser feito em jejum, o de hemoglobina glicosilada não requer nenhuma preparação por parte do paciente. Isso ocorre justamente porque o exame mede os níveis de hemoglobina glicosilada e, conseqüentemente, os de glicose, a longo prazo. Assim, a glicose consumida no dia da realização do exame não afeta sua taxa final.

É importante anotar os medicamentos em uso rotineiro/cotidiano do paciente (nos últimos 30 dias).

#### 4. REALIZAÇÃO DE EXAMES LABORATORIAIS

---

Junto ao prestador de serviços ao município de Lagoa Santa, está sendo programada a coleta *in loco* dos usuários de forma direcionada e específica para a ação da Saúde do Homem. (30 exames por unidade).

Dentro desta ação, segue a programação inicial estabelecida para a coleta da amostra laboratorial para o exame de PSA e Hemoglobina Glicada da população masculina de cada Cuidar:

**05/11:** Cuidar Palmital 1 e 2 / Cuidar Lapinha;

**12/11:** Cuidar Centro / Cuidar Moradas da Lapinha e Vila José Fagundes (CAS Norte);

**19/11:** Cuidar Entorno (Lagoinha de Fora) / Cuidar Várzea, Francisco Pereira e Joá (Policlínica Leste);

**26/11:** Cuidar Visão / Cuidar Aeronautas;

**03/12:** Cuidar Lundceia, Recanto do Poeta e Bela Vista (Policlínica Oeste) / Cuidar Sobradinho-Morro do Cruzeiro.

Para o Cuidar Campinho e Cuidar Promissão serão disponibilizadas cotas específicas para cada UBS ao longo do mês de Novembro/2022.

#### 5. APOIO DO CEAR NAS ORIENTAÇÕES DA SAÚDE DO HOMEM

---

A equipe de trabalho do Centro de Atendimento Remoto (CEAR) estará disponível para ajudar em orientações, esclarecimentos e tirar dúvidas quanto a exames de prevenção à saúde dos cidadãos nas Unidades Básicas de Saúde. Telefone CEAR: 3688 – 1485.

#### 6. DESTAQUE PERIÓDICO DA REGIONAL

---

A partir do dia 01 de novembro de 2022, será feito o monitoramento periódico destas ações e o destaque periódico para aquela regional que for mais ativa e participativa na programação orientada pelo NAS. Este acompanhamento possibilitará o reconhecimento do trabalho que está sendo desenvolvido em cada Cuidar.

Este monitoramento será importante para auxiliar as equipes a trabalhar o diálogo, a cooperação e a compreensão das ações que estão sendo desenvolvidas em cada local. Assim, aspectos dificultadores e facilitadores do Cuidar para este período poderão servir de aprendizado para todos.

Lagoa Santa, 01 de novembro de 2022.

**Gilson Urbano de Araújo**  
Secretário Municipal de Saúde  
Gestor Municipal do SUS / Lagoa Santa / MG

**Virgínia Assunção Salomon**  
Coordenadora do Núcleo de Atenção à Saúde  
Secretaria Municipal de Lagoa Santa/MG

**Fernando Vannucci Drumond Araújo**  
Referência Técnica do Núcleo de Atenção à Saúde  
Secretaria Municipal de Lagoa Santa/MG

Elaborado por FVDA – matrícula 286292.